ଅମୃତ ବାଣୀ





ମା ମଙ୍ଗଳା ମନ୍ଦିର ପରିଚାଳନା ସମିତି,
ଖଡ଼ଗପ୍ରସାଦ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ
ମା ମଙ୍ଗଳାଙ୍କ ନୂତନ ମନ୍ଦିର ଏବଂ ବିଗ୍ରହ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ମହୋତ୍ସବ
ଉପଲକ୍ଷେ ତା ୩.୩. ୨୦୦୪ ରିଖରେ

ଗଜପତି ମହାରାଜା ଶ୍ରୀ ଦିବ୍ୟସିଂହ ଦେବଙ୍କ ଦ୍ୱାରା

ଉନ୍ମୋଚିତ ଜ୍ଞାନ-ଯଜ୍ଞ-ପ୍ରସାଦ ।

ମୂଲ୍ୟ - ନିତ୍ୟ ସ୍ମରଣ ଓ ଆଚରଣ

Digitized by srujanika@gmail.com



ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ସର୍ବମଙ୍ଗଳା ସ୍ତୁତି

ପାତକ ହାରିଣି ଦେବି ! ପ୍ରଣମାମି ହରପ୍ରିୟେ ।
ମୂନାତି ସ୍ଥାନମସ୍ମାଙ୍କ ଅଧିଷ୍ଠାନେ ନହି ତବ ।।

ଅଶୁଭଂ ନିଧନଂ ଯାତୁ ପ୍ରଣମାମି ବିପଦ୍କ୍ଷୟେ ।
ଏତଦ୍ ମେ ପ୍ରାର୍ଥନା ଦେବି ! ତ୍ୱମେକଂ ଶରଣଂ ମମ ।।

ଭକ୍ତିଂ ଧୈର୍ଯ୍ୟଂ ଗୁଣଂ ଦେହି ମହ୍ୟଂ ତ୍ୱଂ ପରମେଶ୍ୱରି ।
ତେନ ହୀନୋ ମନୁଷ୍ୟାଣାଂ ସଦା ଦେଶ ହିତେ ରତିଂ ।।

ସମ୍ପତଏ ଲୋକାସର୍ବେ ପ୍ରଣମନ୍ତି ପଦାମ୍ବୁଜମ୍ ।
ଏତଦ୍ ମେ ପ୍ରାର୍ଥନା ଦେବି ! ତ୍ୱମେବଂ ଶରଣଂ ମମ ।।

Digitized by srujanika@gmail.com



ଗଜପତି ମହାରାଜା

ଶ୍ରୀ ଦିବ୍ୟସିଂହ ଦେବ

ଶ୍ରୀନହର, ପୁରୀ

ତା ୦୩.୦୩.୨୦୦୪

ଦିବ୍ୟ ଆତ୍ମନ୍,

ଓଁ ନମୋ ଭଗବତେ ବାସୁଦେବାୟ

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ, ପାରିବାରିକ, ସାଂସାରିକ ଓ ସାମାଜିକ ଜୀବନରେ ଅଶାନ୍ତି, ବିଶୃଙ୍ଖଳା, ଅଭାବ ଓ ସମସ୍ୟାର ମୂଳ କାରଣ ହେଉଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ନୈତିକ ଶିକ୍ଷା ଏବଂ ଆଚରଣ ଅଭାବ । ଯୁଗେ ଯୁଗେ ପୁଣ୍ୟ ଭାରତ ଭୂମିର ମହାନ୍ ବୈଦିକ ସଂସ୍କୃତି, ଧର୍ମଶାସ୍ତ୍ର, ମୁନି-ଋଷି ଓ ମହାପୁରୁଷମାନେ ଭଗବତ୍ ପ୍ରାପ୍ତିକୁ ଜୀବନର ପରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରୂପେ ଦର୍ଶାଇ ବିଶ୍ୱ ମାନବ ସମାଜକୁ ସେହି ମହାନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଆଗେଇ ଯିବାକୁ ଦିଗଦର୍ଶନ ଦେଇ ଯାଇଛନ୍ତି । ସାମ୍ପ୍ରତିକ ଆଧୁନିକ ଓ ଭୌତିକ ସଂସ୍କୃତିର ଅନୁସରଣରେ ଆମେ ସେହି ମହାନ୍ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରୁ ଦୂରେଇ ଯାଉଛେ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆମର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ସାମାଜିକ ଜୀବନରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ଅଶାନ୍ତି ଦେଖା ଦେଉଛି ।

ଏଣୁ ଆସନ୍ତୁ ! ଆମର ଜୀବନକୁ ଏବଂ ଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମକୁ ସେହି ମହାନ୍ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶିକ୍ଷା ଓ ସାଧନାରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ କରି ଏକ ସୁନ୍ଦର, ସୁସ୍ଥ ଓ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ସମାଜ ନିର୍ମାଣରେ ବ୍ରତୀ ହେବା ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଓଁ ଶାନ୍ତି ଶାନ୍ତି ଶାନ୍ତିଃ ।

ସଂଲଗ୍ନ 'ଅମୃତ ବାଣୀ'ରେ ଦର୍ଶାଯାଇଥିବା ଜାତୀୟ ଆଚରଣ ବିଧିର ୧୪ଟି ମୂଲ୍ୟବାନ୍ ଉପଦେଶ ଏବଂ ପରମପୂଜ୍ୟ ସ୍ୱାମୀ ଶିବାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ମହାରାଜାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସଂକଳିତ ଆମର ପ୍ରାଚୀନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସଂସ୍କୃତିର ସାର ସ୍ୱରୂପ ୨୦ଟି ପ୍ରଧାନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉପଦେଶ ଓ ସାଧନା ତତ୍ତ୍ୱ ଯଦି ଆମ୍ଭେମାନେ ଆମ୍ଭ ଜୀବନରେ ବାସ୍ତବରେ ଆଣି ପାରିବା, ତାହାହେଲେ ଆମ ଜୀବନକୁ ଏକ ଦିବ୍ୟ ଜୀବନରେ ପରିଣିତ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପରମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି ଓ ଭଗବତ୍ ସତ୍ତା ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରିବା ।

ଏହି ମହତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନେଇ ମା ମଙ୍ଗଳା ମନ୍ଦିର ପରିଚାଳନା ସମିତି ଖଡ଼ଗପ୍ରସାଦ, ଢେଙ୍କାନାଳ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ତା୨୭.୦୨.୨୦୦୪ ରିଖ ରୁ ତା୦୫.୦୩.୨୦୦୪ ରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖଡ଼ଗପ୍ରସାଦ ଗ୍ରାମ ସ୍ଥିତ ମା ମଙ୍ଗଳାଙ୍କ ନୂତନ ମନ୍ଦିର ଓ ବିଗ୍ରହ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ମହୋତ୍ସବ ଉପଲକ୍ଷେ ନାମଯଜ୍ଞ ଓ ପ୍ରବଚନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବା ଏକ ଆନନ୍ଦର ବିଷୟ । ଏହିଭଳି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଚେତନା ଜାଗରଣ ନିମନ୍ତେ, ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଞ୍ଚଳରେ ଆୟୋଜନ କରିବା ପାଇଁ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ବିନମ୍ର ଅନୁରୋଧ ।

ଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥ ମହାପ୍ରଭୁ ଏବଂ ଶ୍ରୀ ସଦ୍‌ଗୁରୁଦେବ ଆପଣଙ୍କୁ ଏହି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଆଗେଇ ନିଅନ୍ତୁ — ଏହା ହିଁ ଏହି ସେବକର ବିନମ୍ର ପ୍ରାର୍ଥନା ।

ହରି ଓଁ ତତ୍ ସତ୍

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥ ଚରଣାଶ୍ରିତ
ଦିବ୍ୟସିଂହ ଦେବ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅମୃତବାଣୀ - ୧

ଭାରତୀୟ ନାଗରିକଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଆଚରଣ ବିଧି :

୧. **ଦେଶାତ୍ମବୋଧ** - ମାତୃଭୂମି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ସର୍ବପ୍ରଥମ ଓ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଧ୍ୟେୟ ନିଧାନ । ତାହାରି ହିତ ଆମର କଲ୍ୟାଣ । ସେଥିପାଇଁ ଦେଶ ନିମନ୍ତେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାରେ ଆମେ ପ୍ରାଣବଳି ଦେବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିବା । ଆମର ପିଲାମାନଙ୍କର ଓ ପରିବାର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଦେଶପ୍ରେମ ଦେଶାତ୍ମବୋଧ ମନୋବୃତ୍ତି, ଦେଶ ଓ ଦେଶର ନାଗରିକମାନଙ୍କ ସେବା ନିମନ୍ତେ ଦୃଢ଼ ଧାରଣା ନିବଦ୍ଧ କରାଇବା ।

୨. **କର୍ତ୍ତବ୍ୟ** - ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତି ଭକ୍ତି ଏବଂ ସଦାଚାରୀ ହେବା ଆମର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଓ ସର୍ବ ପ୍ରଧାନ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ନୀତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନଯାପନ ଦେଶ ନିମନ୍ତେ ସବୁଠାରୁ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ମୂଲ୍ୟବାନ ସେବା ।

୩. **ଚରିତ୍ର** - ଚରିତ୍ର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସମ୍ପଦ । ନିଷ୍କଳଙ୍କ, ସଚ୍ଚୋଟ ନାଗରିକ ଆମ ଦେଶର ମୂଲ୍ୟବାନ ସମ୍ପତ୍ତି । ଏହା ଏକାନ୍ତ ମୂଲ୍ୟବାନ ଏବଂ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ । ସେଥି ନିମନ୍ତେ ଶୁଦ୍ଧ ଚରିତ୍ର ଗଠନ ପାଇଁ ସର୍ବାଦୌ ଧ୍ୟାନ ଦିଆଯିବା ଉଚିତ । କାରଣ ତାହାରି ଉପରେ ଆମ ଦେଶର କଲ୍ୟାଣ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ ନିର୍ଭର କରେ ।

୪. **ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ** - ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଫଳତାର ମୂଳଭିତ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହିଁ ସମ୍ପଦ । ଚରିତ୍ର ପରେ ଏହା ଦେଶର ସର୍ବୋତ୍ତମ ଜାତୀୟ ସମ୍ପଦ । ଦେଶର ନାଗରିକ ହେତୁ ଚରିତ୍ର ଗଠନ ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସୁରକ୍ଷା ଆମର ପ୍ରାଥମିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

୫. **ସଦ୍‌ଗୁଣ** - ଆମେ ସମସ୍ତେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ଜୁଆ ଖେଳ; ମଦ୍ୟପାନ,

Digitized by srujanika@gmail.com

ନିଶାସେବନ, ଧୂମପାନ, ତାମ୍ବୁଲ ସେବନ ପ୍ରଭୃତି ମନ୍ଦ ଅଭ୍ୟାସର ନିବାରଣ କରିବା ଓ ଲାଞ୍ଚ, ଦୁର୍ନୀତି, ସ୍ୱାର୍ଥପରତା, ବ୍ୟଭିଚାର, ଅସାଧୁତା ଏବଂ ଅସଦାଚାର ଭଳି ମନ୍ଦ ପ୍ରକୃତିକୁ ମୂଳପୋଛ କରିବା । ଦେଶ ପ୍ରତି ଦ୍ରୋହ କରିବା ଅପରାଧ ଏବଂ ଅକ୍ଷମଣୀୟ ପାପ ।

୬. **ସାର୍ବଜନୀନ ସମ୍ପତ୍ତି** - ହେ ନାଗରିକଗଣ ! ଆମ୍ଭେମାନେ ସର୍ବସାଧାରଣ ସମ୍ପତ୍ତିର ତତ୍ତ୍ୱାବଧାରକ । ତେଣୁ ଜାତୀୟ ସମ୍ପଦକୁ ଆମେ ନଷ୍ଟ, ଦୁର୍ବ୍ୟବହାର, ଚୋରି କିମ୍ବା ଧ୍ୱଂସ କରିବା ନାହିଁ । ଏହାକୁ ସମ୍ମାଦର ଓ ଯତ୍ନର ସହିତ ରକ୍ଷା କରିବା । ଆମ ଦେଶକୁ ସୁସ୍ଥ ଓ ପରିଷ୍କୃତ ରଖିବା । ଏହା ଆମର ପବିତ୍ର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

୭. **ଏକ ପରିବାର** - ଦେଶର ସମସ୍ତ ନାଗରିକ ଆମର ଭାଇ ଭଉଣୀ - ଏହି ଭ୍ରାତୃଭାବକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରିବା । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କୁ ଭଲ ପାଇବା ଏବଂ ଏକତ୍ୱବୋଧ କରିବା । କାରଣ ଆମେ ଗୋଟିଏ ପରିବାର ।

୮. **ଧର୍ମ** - ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧର୍ମ, ଧର୍ମନୀତି ଓ ବିଶ୍ୱାସକୁ ଆମେ ସମାନ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବା । ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସ୍ୱଧର୍ମ ବିଶ୍ୱାସର ଭାଇମାନଙ୍କ ପରି ଭଲ ପାଇବା । ଆମେ ନିଜେ ଅନ୍ୟଠାରୁ ଯେଉଁଭଳି ବ୍ୟବହାର ଆଶା କରୁଁ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସେହିଭଳି ବ୍ୟବହାର କରିବା ।

୯. **ଅହିଂସା** - କୌଣସି ହିଂସାତ୍ମକ ଘୃଣ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ । ଦେଶର ସୁଯଶରେ ଏହା କଳଙ୍କ । ଏହା ଆତ୍ମଘାତୀ ଏବଂ ଦେଶର ମଙ୍ଗଳ ଓ ସମୃଦ୍ଧିରେ ବିରାଟ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ । ଆମ ଦେଶର ଆଦର୍ଶର ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିରୋଧୀ ।

୧୦. **ମିତବ୍ୟୟତା** - ସରଳ ଜୀବନ ଯାପନ ଓ ମହତ ଚିନ୍ତା ଆମେ ଗ୍ରହଣ କରିବା । ଅପବ୍ୟୟ କିମ୍ବା ଅପଚୟ କରିବା ନାହିଁ । ମିତବ୍ୟୟୀ

Digitized by srujanika@gmail.com

ହେବା । ଆମ ନିକଟରେ ଥିବା ପଦାର୍ଥକୁ ଆମଠାରୁ କମ୍ ପାଉଥିବା ନାଗରିକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବାଣ୍ଟି ଦେବା । ଏକ ଜାତୀୟତା ଗୁଣ ବର୍ତ୍ତମାନ ଭାରତବର୍ଷର ପ୍ରୟୋଜନ ।

୧୧. **ଆଇନ -** ଆଇନକୁ ସମ୍ମାନ ଦେବା ଏବଂ ସାମାଜିକ ନ୍ୟାୟକୁ ଆମେ ସମର୍ଥନ୍ କରିବା । ଏହାରି ଉପରେ ସମୃଦ୍ଧ ଭାରତର କଲ୍ୟାଣ ଏବଂ ସୁବ୍ୟବସ୍ଥିତ ଉନ୍ନତି ନିର୍ଭର କରେ ।

୧୨. **ଦୟାଶୀଳତା -** କ୍ଷତ ନ କରିବା (ଅହିଂସା ପରମ ଧର୍ମ) ଆମର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଗୁଣ । ଦୟା ହେଲା ଦିବ୍ୟଗୁଣ । ଜୀବଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରିବା ଆମର ପବିତ୍ର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଭାରତୀୟଙ୍କର ଏହା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଶିକ୍ଷା । ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ଜଗତ ପ୍ରତି ଦୟାଳୁ ହେବା ଉଚିତ୍ । ତେବେ ତୁମେ ପ୍ରକୃତ ଭାରତୀୟ ହେବ । ଦୟା, କରୁଣା ଏବଂ ସଦ୍‌ଗୁଣର ଏକ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିରୂପେ ଜୀବନର ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତ ବିତାଇବାର ଚେଷ୍ଟା କର ।

୧୩. **ପରିବେଶ -** ମନୁଷ୍ୟ ଏବଂ ପ୍ରକୃତି ଅବିଭାଜ୍ୟ । ମନୁଷ୍ୟ ଏବଂ ତାର ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶ ଅଙ୍ଗାଙ୍ଗୀଭାବେ ଜଡ଼ିତ ଏବଂ ପରସ୍ପର ନିର୍ଭରଶୀଳ । ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ ବସ୍ତୁ ଆମର ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ ପୋଷଣ ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ । ତେଣୁ ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶର ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଆମର ନିରାପଦ ଜୀବନ ଏବଂ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସମୃଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ଏହା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ । ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନ, ଜଳ ଏବଂ ବାୟୁକୁ ପ୍ରଦୂଷଣ କରିବା ହେଲା ଜାତୀୟ କ୍ଷତି । ଅତୀତରେ କରିଥିବା ଭୁଲକୁ ଆମେ ସଂଶୋଧନ କରିବା ।

୧୪. **ଏକତା -** ଦେଶର ନାଗରିକ ଯେତେ ଅଧିକ ସଂଘବଦ୍ଧ ହେବେ, ବାଧାବିଘ୍ନ ଏବଂ ବିପଦଗୁଡ଼ିକ ଜୟ କରିବାକୁ ସେମାନଙ୍କର ଆର୍ଥିକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶକ୍ତି ସାମର୍ଥ୍ୟ ଆସିଯିବ । ଏକତା ହିଁ ବଳ । ବିଭେଦତା ପତନର କାରଣ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଭାରତ ପାଇଁ ଏହା ପ୍ରକୃତ ସତ୍ୟ । ତେଣୁ ନିବିଡ଼ ସହଯୋଗ ଏବଂ ଆନ୍ତରିକ ସଦିଚ୍ଛା ଦେଶର ସମସ୍ତ ନାଗରିକଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଆମେ ଉପଯୋଗ କରିବା । ଦେଶକୁ ଭଲ ପାଇବା ଅର୍ଥ ଦେଶର ନାଗରିକଙ୍କୁ ଭଲ ପାଇବା । ଏହି ଭାବରେ ଦେଶ-ମାତୃକାର ସବୁଠାରୁ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ସେବା ଜଣେ ନାଗରିକ କରିପାରିବ ।

୧୫. **ଶିକ୍ଷା** - ଭାରତୀୟ ମହାନ୍ ପରମ୍ପରା ବିଷୟକ ସମ୍ମିଳିତ ନିଜର ଧାରା, ତାର ଉନ୍ନତ ପରମ୍ପରା ଏବଂ ମହାନୁଭବତାର ଆଦର୍ଶ ଏବଂ ବଞ୍ଚିବାର କୌଶଳ ଶିକ୍ଷାରେ ସ୍ଥାନ ପାଇବା ଉଚିତ୍ । ଆମ ଯୁବ ସଂପ୍ରଦାୟ ଏବଂ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଉପଯୁକ୍ତ ସମୃଦ୍ଧ ଉନ୍ନତ ଓ ମୂଲ୍ୟବାନ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରୟୋଜନ । ଏହିପରି ଉପଯୁକ୍ତ ନାଗରିକ ରୂପେ ବିକଶିତ ହୁଅ ଏବଂ ଜୀବନର ନୀତିଗତ ଆଚରଣରେ ମାତୃଭୂମିର ସେବା କର ।

ସ୍ୱଦେଶପ୍ରେମୀ ନାଗରିକଗଣ !

ଅମୃତବାଣୀ - ୨

କୋଡ଼ିଏଟି ପ୍ରଧାନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉପଦେଶ :

ଏହା ହେଉଛି ସକଳ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନାର ସାର କଥା । ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରଦାନ କରିବ । ଏହି ସବୁ ନିୟମ ନିଷ୍ଠାର ସହିତ ପାଳନ କରନ୍ତୁ । ମନ ପ୍ରତି କୌଣସି ପ୍ରକାର କୋମଳତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୧. **ପ୍ରାତଃ ଜାଗରଣ** - ପ୍ରତିଦିନ ପ୍ରାତଃ ଚାରିଟାବେଳେ ଶଯ୍ୟା ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ । ଏହି ସମୟଟିକୁ ବ୍ରାହ୍ମ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ବୋଲାଯାଏ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଓ ନାମ ଜପ ନିମନ୍ତେ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପଯୁକ୍ତ ସମୟ ଅଟେ ।

୨. **ଆସନ** - ଜପ ଓ ଧ୍ୟାନ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପାଇଁ ପୂର୍ବ କିମ୍ବା ଉତ୍ତର ଦିଗକୁ ମୁହଁ କରି ଅନ୍ତତଃ ଅଧଘଣ୍ଟା ସମୟ ପଦ୍ମାସନ କିମ୍ବା ସିଦ୍ଧାସନ କିମ୍ବା ସୁଖାସନରେ ବସିବା ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । ଉକ୍ତ ସମୟକୁ କ୍ରମେ ତିନିଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଢ଼ାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ତଥା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ନିମନ୍ତେ ଶୀର୍ଷାସନ କିମ୍ବା ସର୍ବାଙ୍ଗାସନ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ, ପ୍ରତିଦିନ ଲଘୁ ବ୍ୟାୟାମ (ଯଥା - ପାଦରେ ଚାଲିବା) କରନ୍ତୁ ଏବଂ କୋଡ଼ିଏ ଥର ପ୍ରାଣାୟାମ କରନ୍ତୁ ।

୩. **ଜପ** - ପ୍ରତିଦିନ ନିୟମପୂର୍ବକ ଓଁ, ଓଁ ନମୋ ନାରାୟଣାୟ, ଓଁ ନମଃ ଶିବାୟ, ଓଁ ନମୋ ଭଗବତେ ବାସୁଦେବାୟ, ଓଁ ଶରବଣଭବାୟ ନମଃ, ସୀତାରାମ, ଶ୍ରୀରାମ, ହରିଃ ଓଁ, ଗାୟତ୍ରୀ ମନ୍ତ୍ର - ଏସବୁ ମଧ୍ୟରୁ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ମନ୍ତ୍ର ୧୦୮ ରୁ ୨୧୬୦୦ (୨୦୦ ମାଳା = ୨୦୦x୧୦୮=୨୧୬୦୦) ଜପ କରନ୍ତୁ ।

୪. **ଆହାର ସଂଯମ** - ଶୁଦ୍ଧ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ । (ଲଙ୍କା) ମରିଚ, ତେନ୍ତୁଳି, ରସୁଣ, ପିଆଜ, ଖଟା, ତେଲ, ସୋରିଷ ତଥା ହିଙ୍ଗୁ ଖାଇବା ଛାଡି ଦିଅନ୍ତୁ । ମିତାହାର କରନ୍ତୁ । ପେଟଭରି ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ସବୁ ଖାଦ୍ୟ ଆପଣଙ୍କର ଅତି ପ୍ରିୟ ସେସବୁ ବର୍ଷରେ ଥରେ ଦୁଇଥର ପନ୍ଦର ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସରଳ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଭୋଜନ କରନ୍ତୁ । କ୍ଷୀର ଓ ଫଳାହାର ଏକାଗ୍ରତା ରକ୍ଷାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଖାଦ୍ୟକୁ ଜୀବନ ନିର୍ବାହର ସହାୟକ ଔଷଧ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଜାଣି ରଖନ୍ତୁ ଯେ, ଭୋଗ ନିମନ୍ତେ ଭୋଜନ କରିବା ଏକ ପାପ । ବର୍ଷରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ମାଂସେ ଲୁଣ ଓ ଚିନି ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ଆଚାର, ଚଟଣି କିମ୍ବା ତରକାରୀ ବିନା କେବଳ ଭାତ ଡାଲି ବା ରୁଟି ଡାଲି ଖାଇ ଚଳିବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । ଡାଲିରେ ଆଉ ଟିକିଏ ଲୁଣ ପଡୁ ବୋଲି କିମ୍ବା ଚାହା କଫିରେ ଆଉ ଟିକିଏ ଦୁଧ ବା ଚିନି ଦିଅନ୍ତୁ ବୋଲି କହନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

୫. **ଧ୍ୟାନ** - ଜପ ଧ୍ୟାନ ପାଇଁ ଅଲଗା ଧ୍ୟାନ କୋଠରୀଟିଏ ଚାବି ପକାଇ ରଖନ୍ତୁ ।

୬. **ଦାନ** - ପ୍ରତି ମାସରେ ବା ପ୍ରତି ଦିନ ଯଥାଶକ୍ତି ନିୟମିତ ଦାନ କରନ୍ତୁ କିମ୍ବା ନିଜ ଆୟରୁ ଟଙ୍କାରେ ଦଶ ପଇସା ହିସାବରେ ନିୟମିତ ଦାନ କରନ୍ତୁ ।

୭. **ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ** - ପ୍ରତିଦିନ ଅନ୍ତତଃ ଅଧ ଘଣ୍ଟାଏ ଗୀତା, ରାମାୟଣ, ଭାଗବତ, ବିଷ୍ଣୁ ସହସ୍ରନାମ, ଲଳିତା ସହସ୍ରନାମ, ଆଦିତ୍ୟ ହୃଦୟ, ଉପନିଷଦ, ଯୋଗବଶିଷ୍ଠ ପ୍ରଭୃତି ଗ୍ରନ୍ଥ ଅଧ୍ୟୟନ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଶୁଦ୍ଧ ବିଚାର ପୋଷଣ କରନ୍ତୁ ।

୮. **ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ** - ଅତ୍ୟନ୍ତ ସାବଧାନତାର ସହିତ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା କରନ୍ତୁ । ବୀର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ବିଭୂତି । ବୀର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି । ବୀର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ସମ୍ପତ୍ତି । ବୀର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଜୀବନ, ବିଚାର ତଥା ବୁଦ୍ଧିର ସାରବସ୍ତୁ ।

୯. **ପ୍ରାର୍ଥନା** - କେତୋଟି ପ୍ରାର୍ଥନା, ଭଜନ, ଶ୍ଳୋକ, ସ୍ତୋତ୍ର ମୁଖସ୍ଥ କରନ୍ତୁ । ଜପ ଓ ଧ୍ୟାନ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଆସନରେ ବସି ପ୍ରାର୍ଥନା, ସ୍ତୋତ୍ର ଇତ୍ୟାଦି ଆବୃତ୍ତି କରନ୍ତୁ । ସ୍ତୋତ୍ରପାଠ ମନକୁ ଶୀଘ୍ର ଉଚ୍ଚତର ସ୍ତରକୁ ନେଇଥାଏ ।

୧୦. **ସତ୍‌ସଙ୍ଗ** - ସର୍ବଦା ସତ୍‌ସଙ୍ଗ କରନ୍ତୁ । କୁସଙ୍ଗ, ଧୂମପାନ, ଆମିଷ ଭୋଜନ, ମଦ୍ୟପାନ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । କୌଣସି କୁ-ଅଭ୍ୟାସ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୧୧. **ଉପବାସ** - ଏକାଦଶୀ ଦିନ ଉପବାସ କରନ୍ତୁ କିମ୍ବା କେବଳ ଦୁଧ ପିଇ ଫଳାହାର କରି ରୁହନ୍ତୁ ।

୧୨. **ଜପମାଳା** - ଗଳାରେ କିମ୍ବା ପକେଟରେ ଗୋଟିଏ ଜପମାଳା ଧାରଣ କରନ୍ତୁ । ଜପମାଳାଟି ରାତିରେ ତକିଆ ତଳେ ରଖି ପାରନ୍ତି ।

୧୩. **ମୌନବ୍ରତ** - ପ୍ରତିଦିନ ଅନ୍ତତଃ ମୌନବ୍ରତ ପାଳନ କରନ୍ତୁ ।

୧୪. **ବାକ୍ ସଂଯମ** - ସକଳ ପରିସ୍ଥିତିରେ ସତ୍ୟ ହିଁ କହନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ କହନ୍ତୁ । ମଧୁର ବଚନ କହନ୍ତୁ ।

୧୫. **ତୃପ୍ତ** - ଅଳ୍ପରେ ଚଳନ୍ତୁ । ଆପଣଙ୍କର ଯଦି ୪ ଖଣ୍ଡ କାମିଜ (ସାର୍ଟ) ଥାଏ, ତେବେ ତାହାକୁ କମାଇ ମାତ୍ର ଖଣ୍ଡିଏ ବା ଦୁଇ ଖଣ୍ଡ ସାର୍ଟରେ ଚଳନ୍ତୁ । ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ତଥା ପରିତୃପ୍ତ ଜୀବନ ଯାପନ କରନ୍ତୁ । ଅଯଥା ଉଦ୍‌ବେଗ ପରିହାର କରନ୍ତୁ । ସରଳ ଜୀବନ ଯାପନ କରି ଉଚ୍ଚ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ ।

୧୬. **ଅହିଂସା** - କଦାପି କାହାକୁ ଆଘାତ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଅହିଂସା ପରମ ଧର୍ମ । ପ୍ରେମ, କ୍ଷମା ଓ ଦୟା ଦ୍ୱାରା କ୍ରୋଧ ଦମନ କରନ୍ତୁ ।

୧୭. **ଆତ୍ମନିର୍ଭରଶୀଳତା** - ଚାକର ବାକରଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସ୍ୱାବଲମ୍ବନଶୀଳତା ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସଦ୍‌ଗୁଣ ।

୧୮. **ଆତ୍ମସମୀକ୍ଷା** - ରାତିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ଦିନ ଭିତରେ କେଉଁ କେଉଁ ଭୁଲ କରିଛନ୍ତି, ତାହା ବିଚାର କରନ୍ତୁ । ଦୈନିକ ଡାଇରୀ ଲେଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଆତ୍ମ ସଂଶୋଧନ ପାଇଁ ଖଣ୍ଡିଏ ଖାତାରେ ନିୟମିତ ଭାବରେ ପ୍ରତିଦିନ ଦୋଷ ତ୍ରୁଟି ଗୁଡ଼ିକ ଲେଖନ୍ତୁ । ଅତୀତର ଭୁଲ ପାଇଁ ଚିନ୍ତିତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୧୯. **ମୃତ୍ୟୁ ସ୍ମରଣ** - ମନେ ରଖନ୍ତୁ ଯେ, ମୃତ୍ୟୁ ଛକି ବସିଛି, ସେ ଆସି କେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆପଣଙ୍କୁ ନେଇ ଯିବ, ତାର ଠିକଣା ନାହିଁ । ସଦାଚାରୀ ହୁଅନ୍ତୁ ।

୨୦. **ଶରଣାଗତ** - ନିଦ ଭାଙ୍ଗିଯିବା କ୍ଷଣି ଏବଂ ଶୋଇବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କରନ୍ତୁ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ କରିଦିଅନ୍ତୁ ।

ସ୍ୱାମୀ ଶିବାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ମହାରାଜ
ଦିବ୍ୟଜୀବନ ସଂଘ, ଋଷିକେଶ

ଅମୃତବାଣୀ - ୩

ସାଧନା ତତ୍ତ୍ୱ :
ବା ଦ୍ରୁତ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିକାଶ ପାଇଁ ସପ୍ତସାଧନା ବିଦ୍ୟା ଉପକ୍ରମଣିକା

୧. କେବଳ ତତ୍ତ୍ୱତଃ ହଜାରେ ପ୍ରକାର ବିଷୟ କାର୍ଯ୍ୟତଃ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ବିଷୟ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଶ୍ରେୟସ୍କର । ତେଣୁ ଯୋଗ, ଧର୍ମ ଓ ଦାର୍ଶନିକ ଜ୍ଞାନକୁ ଜୀବନର କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଲଗାଇବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ ।

୨. ଏହି ସାଧନା ତତ୍ତ୍ୱରେ ସନାତନ ଧର୍ମର ସାରକଥା ୩୨ ଗୋଟି ଉପଦେଶ ମାଧ୍ୟମରେ ଅତି ବିଶୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ପରିବେଷଣ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଯୁଗର ଅତି କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତ ମନୁଷ୍ୟ ସମସ୍ତ ସାଧନାର ପରିମାଣ ଓ ସମୟ ଧୀର ଧୀରେ ବଢ଼ାଇ ଚାଲନ୍ତୁ ।

୩. ସ୍ୱଭାବକୁ ହଠାତ୍ ବଦଳାଇ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଏଥିରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ଉପଦେଶ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁ ଅଳ୍ପ କେତେକ ଆପଣଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ପାଳନ

Digitized by srujanika@gmail.com

କରିବା ସହଜ ବୋଧ ହେବ, ପ୍ରଥମେ ସେହି କେତୋଟି ଉପଦେଶ ପାଳନ କରିବାକୁ ସଂକଳ୍ପ କରନ୍ତୁ । ତା ଫଳରେ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱଭାବରେ କିଛିଟା ହେଲେ ବି ଉନ୍ନତି ଘଟିବ । ଯଦି ଅସୁସ୍ଥତା ବା କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତତା କି କୌଣସି ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ କାରଣରୁ କୌଣସି ଦିନ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସାଧନା କରିବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ତା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ କରନ୍ତୁ ବା ଜପ କରନ୍ତୁ; ଯାହାକି ଚାଲିବା, ବୁଲିବା କିମ୍ବା ସାଂସାରିକ କର୍ମ କରିବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ଆରୋଗ୍ୟ ସାଧନା

୧. **ମିତହାର** - ଅଧାପେଟ ଖାଆନ୍ତୁ । ଲଘୁପାଚ୍ୟ ଓ ସରଳ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ । ସୁଷମ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରି ଖାଆନ୍ତୁ ।

୨. **ରଜୋଗୁଣ ଓ ତମୋଗୁଣ** - ବର୍ଦ୍ଧକ ଖାଦ୍ୟ ତ୍ୟାଗ, ଲଙ୍କାମରିଚ, ପିଆଜ, ରସୁଣ, ତେନ୍ତୁଳି ପ୍ରଭୃତି ଯଥାସମ୍ଭବ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ । ଚା, କଫି, ଧୂମପାନ ତାମ୍ବୁଲ (ପାନ), ମାଛ, ମାଂସ ଓ ମଦ୍ୟ ପ୍ରଭୃତି ତାମସିକ ଖାଦ୍ୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ ।

୩. **ବ୍ରତ - ଉପାହାର** - ଏକାଦଶୀରେ ଉପବାସ କରନ୍ତୁ ; ସେ ଦିନ କେବଳ ଦୁଧ ଓ ଫଳମୂଳ ଖାଇ ରହନ୍ତୁ ।

୪. **ଆସନ ଓ ବ୍ୟାୟାମ** - ପ୍ରତ୍ୟହ ୧୫ ରୁ ୩୦ ମିନିଟ ଯୋଗାସନ ଓ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତୁ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଦୁଇ ତିନି କି.ମି. ଚାଲନ୍ତୁ କିମ୍ବା କସରତ ହେଲାଭଳି ଖେଳାଖେଳି କରନ୍ତୁ ।

୫. **ମୌନ** - ପ୍ରତ୍ୟହ ଦୁଇ ଘଣ୍ଟା ଓ ରବିବାର ଦିନ ଆଠ ଘଣ୍ଟା ମୌନବ୍ରତ ପାଳନ କରନ୍ତୁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୬. **ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ** - ନିଜର ବୟସ ଓ ଅବସ୍ଥା ଅନୁଯାୟୀ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରନ୍ତୁ । ମାସରେ ଥରେ ମାତ୍ର ଯୌନ ସଂପର୍କ ରଖି ପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ତାହାକୁ କମାଇ କମାଇ ବର୍ଷକରେ ଗୋଟିଏ ଥରକୁ ନେଇ ଆସନ୍ତୁ । ଶେଷରେ ଆଜୀବନ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରିବାକୁ ପ୍ରତିଜ୍ଞା କରନ୍ତୁ ।

ଚରିତ୍ର ସାଧନା

୭. **ସତ୍ୟ** - ସତ୍ୟ କହନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ କହନ୍ତୁ । କୋମଳ ବଚନ କହନ୍ତୁ ।

୮. **ଅହିଂସା** - ମନ, ବଚନ ଓ କର୍ମରେ କାହାରିକୁ କଷ୍ଟ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ପ୍ରାଣୀ ମାତ୍ରକେ ସମସ୍ତଙ୍କ ପ୍ରତି ଦୟା ଭାବ ରଖନ୍ତୁ ।

୯. **ଆର୍ଜବ** - ନିଜର କଥା ଓ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସରଳ, ସ୍ପଷ୍ଟ ନିଷ୍କପଟ ହୁଅନ୍ତୁ ।

୧୦. **ସାଧୁତା** - ସାଧୁ ହୁଅନ୍ତୁ । ନିଜେ ପରିଶ୍ରମ କରି ଜୀବିକା ଉପାର୍ଜନ କରନ୍ତୁ । ଅଧର୍ମରେ ଅନ୍ୟାୟ ମାର୍ଗରେ ଉପାର୍ଜିତ ଧନ ବା ବସ୍ତୁ ବା ଉପକାର ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସଜ୍ଜନତା ଓ ଚରିତ୍ରବତ୍ତାର ବିକାଶ କରନ୍ତୁ ।

୧୧. **କ୍ଷମା** - କ୍ଷମା, ଧୈର୍ଯ୍ୟ, ଶାନ୍ତି, ଦୟା ଓ ସହିଷ୍ଣୁତା ଦ୍ୱାରା କ୍ରୋଧ ଦମନ କରନ୍ତୁ । ଅନ୍ୟର ଦୋଷ ଭୁଲି ଯାଇ କ୍ଷମା ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ସାଧନା

୧୨. **ମନସଂଯମ** - ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏକ ସପ୍ତାହ ବା ଏକ ମାସ ପାଇଁ ଚିନି ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ ; ରବିବାର ଦିନ ଲୁଣ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

୧୩. **କୁ ସଙ୍ଗତ୍ୟାଗ** - ତାସ ଖେଳ, ଉପନ୍ୟାସ ପାଠ, ସିନେମାଦେଖା ଓ କ୍ଲବ ଯିବା ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ଦୁର୍ଜନଙ୍କଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହନ୍ତୁ । ବସ୍ତୁବାଦୀ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ଆଳାପ ଆଲୋଚନା କରିବା ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ଯାହାର ଈଶ୍ୱର ବିଶ୍ୱାସ ନାହିଁ ଏବଂ ଯେ ଆପଣଙ୍କର ସାଧନାକୁ ସମାଲୋଚନା କରେ, ତା ସହିତ ମିଳାମିଶା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

୧୪. **ସରଳ ଜୀବନ** - ନିଜର ଚାହିଦା କମାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଧୀରେ ଧୀରେ ନିଜର ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ଜିନିଷପତ୍ରର ସଂଖ୍ୟା ଓ ଧନ ସଂପଦର ପରିମାଣ କମାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ସରଳ ଜୀବନ ଯାପନ କରି ଉଚ୍ଚ-ବିଚାର ପୋଷଣ କରନ୍ତୁ ।

୧୫. **ପରୋପକାର** - ପରୋପକାର ହିଁ ପରମ ଧର୍ମ । ଅହଂକାର ନ ରଖି ଏବଂ ପୁରସ୍କାର ପାଇବାର ଆଶା ନ ରଖି ପ୍ରତି ସପ୍ତାହରେ କେତେ ଘଣ୍ଟା ନିଷ୍କାମ ସେବା କରନ୍ତୁ । ନିଜର ସାଂସାରିକ କର୍ମ ମଧ୍ୟ ସେହି ମନୋଭାବରେ କରନ୍ତୁ । କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମ କରିବା ହିଁ ଈଶ୍ୱର ଆରାଧନା । ସକଳ କର୍ମ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ ।

୧୬. **ଦାନ** -ପ୍ରତି ମାସରେ ନିଜ ଆୟର ଟଙ୍କାକେ ଦୁଇ ପଇସାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଦଶପଇସା ହାରରେ ଦାନ କରନ୍ତୁ । ଆପଣଙ୍କ ସମ୍ପଦକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ମିଶି ଉପଭୋଗ କରନ୍ତୁ । 'ବସୁଧୈବ କୁଟୁମ୍ବକମ୍' ଭାବ ନେଇ ଚଳନ୍ତୁ ! ସ୍ୱାର୍ଥ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ ।

୧୭. **ନମ୍ରତା** - ବିନୟୀ ହୁଅନ୍ତୁ । ସକଳ ପ୍ରାଣୀଙ୍କୁ ମାନସିକ ପ୍ରଣାମ କରନ୍ତୁ । ସର୍ବତ୍ର ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଅନୁଭବ କରନ୍ତୁ । ମିଥ୍ୟାଭିମାନ, ଦମ୍ଭ ଓ ଗର୍ବ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ ।

୧୮. **ଶ୍ରଦ୍ଧା** - ଗୀତା, ଗୁରୁ ଓ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ କରି ପ୍ରାର୍ଥନା କରନ୍ତୁ, "ହେ ପ୍ରଭୁ, ତୁମର ଇଛା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉ; ମୁଁ ଆଉ କିଛି ଚାହେଁନା" ସକଳ ପରିସ୍ଥିତି ଓ ସମସ୍ତ ଘଟଣାରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଇଚ୍ଛାର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଉପଲବ୍‌ଧି କରି ସମ ଭାବରେ ତାହାର ଅଧୀନ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତୁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୧୯. **ସର୍ବାତ୍ମଭାବ** - ସକଳ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ଠାରେ ଈଶ୍ୱର ଦର୍ଶନ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସ୍ୱ-ଆତ୍ମା ସମାନ ମନେ କରି ସମସ୍ତଙ୍କ ଠାରେ ପ୍ରେମ ଭାବ ରଖନ୍ତୁ । କାହାରିକୁ ଘୃଣା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

୨୦. **ନାମ ସ୍ମରଣ** - ସର୍ବଦା ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ କରନ୍ତୁ । ଅନ୍ତତଃ ସକାଳେ ନିଦରୁ ଉଠିବା ପରେ, କାମ କରିବା ଭିତରେ ଟିକିଏ ସମୟ ମିଳିବା କ୍ଷଣି ଏବଂ ରାତିରେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ କରନ୍ତୁ । ପାଖରେ ସବୁବେଳେ ଜପ ମାଳାଟିଏ ରଖନ୍ତୁ ।

ମାନସିକ ସାଧନା

୨୧. **ଗୀତା ଅଧ୍ୟୟନ** - ପ୍ରତିଦିନ ଗୀତାର ଗୋଟିଏ ଅଧ୍ୟାୟ କିମ୍ବା ଅନ୍ତତଃ ୧୦ଟି ଶ୍ଳୋକ ଅର୍ଥ ସହିତ ଅଧ୍ୟୟନ କରନ୍ତୁ । ଗୀତାର ମୂଳ ଶ୍ଳୋକଗୁଡ଼ିକର ଅର୍ଥ ବୁଝିବା ନିମନ୍ତେ ସଂସ୍କୃତ ଶିଖନ୍ତୁ ।

୨୨. **ଗୀତା ମୁଖସ୍ଥ** - ଧୀରେ ଧୀରେ ସମଗ୍ର ଗୀତାଟି ମୁଖସ୍ଥ କରି ପକାନ୍ତୁ । ପକେଟରେ ସବୁବେଳେ ଖଣ୍ଡିଏ (ଗୀତା) ବହି ଧରନ୍ତୁ ।

୨୩. **ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ** - ପ୍ରତିଦିନ ବା ଅନ୍ତତଃ ଛୁଟିଦିନମାନଙ୍କରେ ରାମାୟଣ, ଭାଗବତ, ଉପନିଷଦ, ଯୋଗବଶିଷ୍ଠ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଧର୍ମଗ୍ରନ୍ଥରୁ କିଛି ଅଂଶ ଅବଶ୍ୟ ଅଧ୍ୟୟନ କରନ୍ତୁ ।

୨୪. **ସତ୍‌ସଙ୍ଗ** - କୀର୍ତ୍ତନ, ସତ୍‌ସଙ୍ଗ, ସନ୍ଥ ସମାଗମ କିମ୍ବା ଧର୍ମସଭା ପ୍ରଭୃତିରେ ଯୋଗ ଦେବାର କୌଣସି ସୁଯୋଗ ଛାଡନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଛୁଟି ଦିନମାନଙ୍କରେ ଏହିଭଳି ଅନୁଷ୍ଠାନମାନ ଆୟୋଜନ କରନ୍ତୁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୨୫. **ମନ୍ଦିର ଦର୍ଶନ** - ପ୍ରତି ସପ୍ତାହରେ ଅନ୍ତତଃ ଥରଟିଏ ଦେବମନ୍ଦିର ବା ଉପାସନା ପୀଠ ଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଯାଆନ୍ତୁ । ସେଠାରେ ଭଜନ, କୀର୍ତ୍ତନ ତଥା ପ୍ରବଚନ ପାଇଁ ସଜ୍ଜନମାନଙ୍କର ସମ୍ମିଳନୀ ଆୟୋଜନ କରନ୍ତୁ ।

୨୬. **ଏକାନ୍ତବାସ** - ଅବକାଶ ସମୟତକ କିମ୍ବା ଛୁଟି ଦିନଗୁଡ଼ିକ ଯଥା ସମ୍ଭବ ସାଧୁ ସନ୍ଥଙ୍କ ଗହଣରେ କଟାନ୍ତୁ କିମ୍ବା କୌଣସି ପବିତ୍ର ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇ ସେଠାରେ ଏକାନ୍ତରେ ବସି ସାଧନା କରନ୍ତୁ ।

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା

୨୭. **ବ୍ରାହ୍ମମୁହୂର୍ତ୍ତ** - ରାତିରେ ଶୀଘ୍ର ଶୋଇପଡ଼ି ପ୍ରାତଃ ୪ଟାରେ ବ୍ରାହ୍ମ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଉଠିପଡନ୍ତୁ । ଉଠିବାର ଅଧ ଘଣ୍ଟାକ ଭିତରେ ଶୌଚ, ଦାନ୍ତଘଷା ଓ ଗାଧୁଆ-ପାଧୁଆ ସାରି ଦିଅନ୍ତୁ ।

୨୮. **ଜପ, ଧ୍ୟାନ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା** - ପଦ୍ମାସନ, ସିଦ୍ଧାସନ ବା ସୁଖାସନରେ ବସି ସକାଳ ୫ଟାରୁ ୬ ଟା ଶେଷ ଯାଏଁ ପ୍ରାଣାୟମ, ଜପ, ଧ୍ୟାନ, ସ୍ତୋତ୍ର ପାଠ ଓ କୀର୍ତ୍ତନ କରନ୍ତୁ । ଆରମ୍ଭରୁ ଶେଷ ଯାଏଁ ଗୋଟିଏ ଆସନରେ ବସି ଏ ସବୁ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ ।

୨୯. **ସନ୍ଧ୍ୟା ବନ୍ଦନା** - ଦୈନିକ ସନ୍ଧ୍ୟା, ଗାୟତ୍ରୀ ଜପ, ନିତ୍ୟକର୍ମ ଓ ପୂଜାପାଠ କରନ୍ତୁ ।

୩୦. **ମନ୍ତ୍ର ଲିଖନ** - ପ୍ରତ୍ୟେକ ୧୦ ମିନିଟରୁ ଅଧ ଘଣ୍ଟାଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖଣ୍ଡିଏ ଖାତାରେ ନିଜର ଇଷ୍ଟମନ୍ତ୍ର ବା ଭଗବାନଙ୍କ ନାମ ଲେଖନ୍ତୁ ।

୩୧. **ମନ୍ତ୍ରପାଠ, ଭଜନ, କୀର୍ତ୍ତନ** - ରାତିରେ ସ୍ୱଜନ ଓ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କ ସହିତ ମିଶି ଅଧ ଘଣ୍ଟାରୁ ଏକ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ, ସ୍ତୋତ୍ର ପାଠ ଓ ଭଜନ ଗାନ କରନ୍ତୁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୩୨. **ଦୈନନ୍ଦିନ -** ଉପରୋକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀରେ ସାଧନା କରିବା ଲାଗି ପ୍ରତିବର୍ଷ ଆରମ୍ଭରେ ସଂକଳ୍ପ କରନ୍ତୁ । ନିୟମିତତା, ନିଷ୍ଠା ଓ ତତ୍ପରତାର ସହିତ ସଂକଳ୍ପ ପାଳନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସାଧନାର ବିବରଣୀ ଗୋଟିଏ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଡାଇରୀରେ ଟିପି ରଖନ୍ତୁ । ପ୍ରତିମାସ ଶେଷରେ ତାହାକୁ ସମୀକ୍ଷା କରି ନିଜର ତ୍ରୁଟି ସୁଧାରନ୍ତୁ ।

ସ୍ୱାମୀ ଶିବାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ମହାରାଜ
ଦିବ୍ୟଜୀବନ ସଂଘ, ଋଷିକେଶ

ଓଁ ଶାନ୍ତି ଶାନ୍ତି ଶାନ୍ତିଃ !

ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କ ବାଣୀ

୧. କଠୋପନିଷଦ୍‌ର 'ଶ୍ରଦ୍ଧା' କଥା ସ୍ମରଣ କର - 'ଶ୍ରଦ୍ଧା ନିବେଶ' । ବାଳକ ନଚିକେତା ଶ୍ରଦ୍ଧା ବଳରେ ଯମ ମୁହଁକୁ ଯିବାକୁ ଡରିଲା ନାହିଁ । ଶ୍ରଦ୍ଧା ବଳରେ ସେ ଆତ୍ମଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରି ମୃତ୍ୟୁଞ୍ଜୟୀ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଶ୍ରଦ୍ଧା ବିଷୟରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଉପଦେଶ ଦିଅ । ସମସ୍ତ ଧର୍ମ ମୂଳରେ, ସମସ୍ତ ଆତ୍ମୋନ୍ନତି ମୂଳରେ ଏହି ଶ୍ରଦ୍ଧା ବା ବିଶ୍ୱାସ ହିଁ ହେତୁ । ପ୍ରଥମେ ନିଜ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସସମ୍ପନ୍ନ ହୁଅ । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ନ ଥିଲେ କେବେ ହେଲେ ତୁମର ମୁକ୍ତି ହେବ ନାହିଁ । ବିଶ୍ୱାସ, ବିଶ୍ୱାସ, ବିଶ୍ୱାସ; ନିଜ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ବିଶ୍ୱାସ ହିଁ ସର୍ବବିଧ ଉନ୍ନତିର ଉପାୟ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୨. ଶୁଦ୍ଧ ପବିତ୍ର ହୁଅ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାପନ କର, ସବୁବେଳେ ତାହାଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କର, ତା ହେଲେ କେହି ତୁମକୁ ବାଧା ଦେଇପାରିବେ ନାହିଁ । ଏକ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କାହାରି ନିକଟରୁ ସାହାଯ୍ୟ ଭିକ୍ଷା କର ନାହିଁ । ମନୁଷ୍ୟମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟ ଅଧିକତର ନୁହେଁ କି ? ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସୀ ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁ ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ମହତ୍ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ।

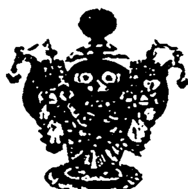
୩. ନିଜର ଆଦର୍ଶ ବା ଇଷ୍ଟରେ ଦୃଢ଼ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାପନ କର । ତୁମର ଭକ୍ତି ବା ବିଶ୍ୱାସ ଯେପରି କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ନ ହୁଏ, କେବଳ ଭାବପ୍ରବଣତାରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ନ ହୁଏ, ସେଥି ପ୍ରତି ସଚେତନ ହୁଅ । ଚାତକ ପକ୍ଷୀ ବୃଷ୍ଟି ଜଳ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ଜଳ ପାନ କରେ ନାହିଁ । ଶତ ଶତ ଘଡ଼ଘଡ଼ି, ବିଜୁଳି ମାଇଲେ ସୁଦ୍ଧା ସେ ବର୍ଷାଜଳ ପାନ କରିବା ସକାଶେ ଆକାଶ ଆଡ଼କୁ ଚାହିଁ ରହିଥାଏ ।

୪. ସତ୍‌କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରବଳ ଉଦ୍ୟମ, ପ୍ରାଣପାତ କରି ସୁଦ୍ଧା ଯଦି କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ନ ହୁଅ, ତାହାହେଲେ ମଧ୍ୟ ହତାଶ ହୁଅ ନାହିଁ । ମୃତ୍ୟୁକୁ ବରଣ କରିବା ଶ୍ରେୟ ; କିନ୍ତୁ ସତ୍ୟ ସଂକଳ୍ପରୁ ଟଳିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । 'ସନ୍ନିମିତ୍ତେ ବରଂ ତ୍ୟାଗୋ ବିନାଶେ ନିୟତେ ସତି' ମୃତ୍ୟୁ ଯେତେବେଳେ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ସେତେବେଳେ ଉଚ୍ଚ ଆଦର୍ଶ ପାଇଁ ମରିବା ଭଲ ।

୫. ଯାହାଠାରେ ସତ୍ୟ, ପବିତ୍ରତା, ନିଃସ୍ୱାର୍ଥପରତା ବିଦ୍ୟମାନ, ବାଧା ବିପତ୍ତି ତାହାର କଅଣ କରିବ ! ଜଗତବାସୀ ତାହାର ବିରୋଧରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ତାହାର କୌଣସି ଅନିଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ ।



Digitized by srujanika@gmail.com



ଦଶାବତାର ସ୍ତୋତ୍ର

୧. ପ୍ରଳୟ ପୟୋଧି ଜଳେ ଧୃତ ବାନସି ବେଦଂ,
ବିହିତ ବହିତ୍ର ଚରିତ୍ର ମଖେଦମ୍ ।
କେଶବ ଧୃତ ମୀନ ଶରୀର
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୨. କ୍ଷିତିରତି ବିପୁଳତରେ ତବ ତିଷ୍ଠତି ପୃଷ୍ଠେ,
ଧରଣୀ ଧାରଣ କିଣଚକ୍ର ଗରିଷ୍ଠେ ।
କେଶବ ଧୃତ କଚ୍ଛପ ରୂପ
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୩. ବସତି ଦଶନଶିଖରେ ଧରଣୀ ତବଲଗ୍ନା,
ଶଶିନି କଳଙ୍କ କଳେବ ନିମଗ୍ନା ।
କେଶବ ଧୃତ ନରହରି ରୂପ
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୪. ତବ କର କମଳ ବରେ ନଖମଦ୍ଭୁତ ଶୃଙ୍ଗ,
ଦଳିତ ହରିଣ୍ୟକଶିପୁ ତନୁ ଭୃଙ୍ଗ ।
କେଶବ ଧୃତ ନରହରି ରୂପ
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୫. ଛଳୟସି ବିକ୍ରମଣେ ବଳିମଦ୍ଭୁତ ବାମନ,
ପଦନଖ ନୀର ଜନିତ ଜନ ପାବନ ।
କେଶବ ଧୃତ ବାମନ ରୂପ
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୬. କ୍ଷତ୍ରିୟ ରୁଧିର ମୟେ ଜଗଦପଗତ ପାପମ୍,
ସ୍ନପୟସି ପୟସି ସବିତ ଭଗତାପମ୍ ।
କେଶବ ଧୃତ ଭୃଗୁପତି ରୂପ
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୭. ବିତରସି ଦିକ୍ଷୁରଣେ ଦିକ୍‌ପତି କମନୀୟମ୍ ।
ଦଶମୁଖ ମୌଳି ବଳିଂ ରମଣୀୟମ୍ ।
କେଶବ ଧୃତ ରାମ ଶରୀର
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୮. ବହସି ବିପୁସି ବିଶଦେ ବସନଂ ଜନଦାଭଂ,
ହଳହତିଭୀତି ମିଳିତ ଯମୁନାଭଂ ।
କେଶବ ଧୃତ ହଳଧର ରୂପ
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୯. ନିନ୍ଦସି ଯଜ୍ଞ ବିଧେରହ ଶ୍ରୁତିଜାତମ୍,
ସଦୟ ହୃଦୟ ଦର୍ଶିତ ପଶୁଘାତମ୍ ।
କେଶବ ଧୃତ ବୁଦ୍ଧ ଶରୀର
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୧୦. ମ୍ଳେଚ୍ଛ ନିବହ ନିଧନେ କଳୟସି କରବାଳମ୍
ଧୂମକେତୁମିବ କିମପି କରାଳମ୍ ।
କେଶବ ଧୃତ କଲ୍‌କୀ ଶରୀର
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

୧୧. ଶ୍ରୀ ଜୟଦେବ କବେରିଦଂ ମୁଦିତ ମୁଦାରମ୍,
ଶୃଣୁ ସୁଖଦଂ ଭବସାରମ୍ ।
କେଶବ ଧୃତ ଦଶବିଧ ରୂପ
ଜୟ ଜଗଦୀଶ ହରେ ।

ମହାକବି ଶ୍ରୀ ଜୟଦେବ
(ଦ୍ୱାଦଶ ଶତାବ୍ଦୀ)

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥାଷ୍ଟକମ୍

କଦାଚିତ୍ କାଳନ୍ଦିତଟ ବିପିନ-ସଂଗୀତକବରୋ
ମୁଦାଭୀରୀ-ନାରୀ-ବଦନ କମଳାସ୍ୱାଦ-ମଧୁପଃ
ରମା-ଶମ୍ଭୁ ବ୍ରହ୍ମାସୁରପତି ଗଣେଶାର୍ଚ୍ଚିତ ପଦୋ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୧।

ଭୁଜେ ସବ୍ୟେ ବେଣୁଂ ଶିରସି ଶିଖିପୁଚ୍ଛଂ କଟୀତଟେ
ଦୁକୂଳଂ ନେତ୍ରାନ୍ତେ ସହଚର କଟାକ୍ଷଂ ବିଦଧତେ ।
ସଦା ଶ୍ରୀମଦ୍ ବୃନ୍ଦାବନ ବସତି ଲୀଳା-ପରିଚୟୋ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୨।

ମହାମ୍ଭୋଧେସ୍ତୀରେ କନକରୁଚିରେ ନୀଳଶିଖରେ
ବସନ୍ ପ୍ରାସାଦାନ୍ତେ ସହଜ ବଳଭଦ୍ରେଣ ବଳିନା ।
ସୁଭଦ୍ରା ମଧ୍ୟସ୍ଥଃ ସକଳ ସୁରସେବାବସରଦୋ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୩।

କୃପାପାରାବାରଃ ସଜଳଜଳଦଶ୍ରେଣୀରୁଚିରୋ
ରମାବାଣୀରାମଃ ସ୍ଫୁରଦମଳପଙ୍କେରୁହମୁଖୌଃ ।
ସୁରେନ୍ଦ୍ରୈରାରାଧ୍ୟଃ ଶ୍ରୁତିଗଣଶିଖା ଗୀତ ଚରିତୋ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୪।

ରଥାରୂଢ଼ୋଗଚ୍ଛନ୍ ପଥିମିଳିତ ଭୂଦେବପଟଳୈଃ
ସ୍ତୁତିପ୍ରାଦୁର୍ଭାବଂ ପ୍ରତିପଦମୁପାକର୍ଣ୍ୟ ସଦୟଃ ।
ଦୟାସିନ୍ଧୁର୍ବନ୍ଧୁଃ ସକଳଜଗତାଂ ସିନ୍ଧୁସୁତାୟାଃ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୫।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପରଂବ୍ରହ୍ମାପୀଡଃ କୁବଳୟଦଳୋତ୍‌ଫୁଲ୍ଲନୟନୋ
ନିବାସୀ ନୀଳାଦ୍ରୌ ନିହିତ ଚରଣୋନନ୍ତଶିରସି ।
ରସାନନ୍ଦୋ ରାଧାସରସବପୁରାଲିଙ୍ଗନସୁଖୋ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୬।

ନ ବୈ ଯାଚେରାଜ୍ୟଂ ନ ଚ କନକ ମାଣିକ୍ୟବିଭବଂ
ନ ଯାଚେହଂ ରମ୍ୟାଂ ସକଳଜନକାମ୍ୟାଂ ବରବଧୂମ୍ ।
ସଦୀ କାଳେ କାଳେ ପ୍ରମଥପତିନା ଗୀତ ଚରିତୋ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୭।

ହର ତ୍ୱଂ ସଂସାରଂ ଦ୍ରୁତତରମସାରଂ ସୁରପତେ
ହର ତ୍ୱଂ ପାପାନାଂ ବିତତିମପରାଂ ଯାଦବପତେ ।
ଅହୋ ଦୀନାନାଥୋ ନିହିତମଚଳଂ ନିଶ୍ଚିତମିଦଂ
ଜଗନ୍ନାଥଃ ସ୍ୱାମୀ ନୟନପଥଗାମୀ ଭବତୁ ମେ ।୮।

ଜଗନାଥାଷ୍ଟକମ୍ ପୁଣ୍ୟଂ ଯଃ ପଠେତ୍ ପ୍ରଯତଃ ଶୁଚିଃ
ସର୍ବପାପ ବିଶୁଦ୍ଧାତ୍ମା ବିଷ୍ଣୁଲୋକଂ ସଗଚ୍ଛତି ।୯।

।। ଇତି ଶ୍ରୀଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟକୃତଂ ଶ୍ରୀଜଗନାଥାଷ୍ଟକଂ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣମ୍ ।।

ଉପପଦ୍ ପାଦ ଆଦି ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ



Digitized by srujanika@gmail.com



ହନୁମାନ ଚାଳିସା

-ଦୋହା-

ଶ୍ରୀ ଗୁରୁ ଚରନ ସରୋଜ ରଜ   ନିଜ ମନୁ ମୁକୁରୁ ସୁଧାରି,
ବରନଉଁ ରଘୁବର ବିମଳ ଜସୁ   ଜୋ ଦାୟକୁ ଫଲ ଚାରି ।
ବୁଦ୍ଧିହୀନ ତନୁ ଜାନିକେ   ସୁମିରୌଂ ପବନ-କୁମାର,
ବଲ ବୁଦ୍ଧି ବିଦ୍ୟା ଦେହୁ ମୋହିଂ   ହରହୁ କଲେସ ବିକାରି ।

-ଚୌପାଇ-

ଜୟ ହନୁମାନ ଜ୍ଞାନ ଗୁନ ସାଗର,   ଜୟ କପୀସ ତିହୁଁ ଲୋକ ଉଜାଗର
ରାମ ଦୂତ ଅତୁଳିତ ବଲଧାମା,   ଅଞ୍ଜନି ପୁତ୍ର ପବନ ସୁତ ନାମା ।
ମହାବୀର ବିକ୍ରମ ବଜରଂଗୀ,   କୁମତି ନିବାର ସୁମତି କେ ସଂଗୀ ।
କଞ୍ଚନ ବରନ ବିରାଜ ସୁବେସା,   କାନନ କୁଂଡଲ କୁଂଚିତ କେସା ।
ହାଥ ବଜ୍ର ଔର ଧ୍ୱଜା ବିରାଜୈ,   କାଁନ୍ଧେ ମୁଁଜ ଜନେଉ ସାଜୈ ।
ସଙ୍କର ସୁଓ୍ୱନ କେସରୀ ନନ୍ଦନ,   ତେଜ ପ୍ରତାପ ମହା ଜଗ ବଂଦନ ।
ବିଦ୍ୟାଓ୍ୱାନ ଗୁନି ଅତି ଚାତୁର ,   ରାମ କାଜ କରିବେ କୋ ଆତୁର ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରଭୁ ଚରିତ୍ର ସୁନିବେ କୋ ରସିୟା, ରାମ ଲଖନ ସୀତା ମନ ବସିୟା ।
ସୂକ୍ଷ୍ମ ରୂପ ଧରି ସିୟହିଂ ଦିଖାୱା, ବିକଟ ରୂପ ଧରି ଲଙ୍କ ଜରାୱା ।
ଭୀମ ରୂପ ଧରି ଅସୁର ସଂହାରେ, ରାମଚନ୍ଦ୍ର କେ କାଜ ସଁୱାରେ ।
ଲାୟ ସଜୀବନ ଲଖନ ଜିୟାୟେ, ଶ୍ରୀ ରଘୁବୀର ହରଷି ଉର ଲାୟେ ।
ରଘୁପତି କୀହ୍ନୀ ବହୁତ ବଡାଈ, ତୁମ ମମ ପ୍ରିୟ ଭରତ ହି ସମ ଭାଈ ।
ସହସ ବଦନ ତୁହ୍ମରୋ ଯଶ ଗାୱୈଂ, ଅସ କହି ଶ୍ରୀପତି କଂଠ ଲଗାୱୈଂ ।
ସନକାଦିକ ବ୍ରହ୍ମାଦି ମୁନୀସା, ନାରଦ ସାରଦ ସହିତ ଅହିସା ।
ଜମ କୁବେର ଦିଗପାଲ ଜହାଁ ତେ, କବି କୋବିଦ କହି ସକୈ କହାଁ ତେ ।
ତୁମ ଉପକାର ସୁଗ୍ରୀୱ ହିଂ କୀହ୍ନା, ରାମ ମିଲାୟ ରାଜ ପଦ ଦୀହ୍ନା ।
ତୁହ୍ମରୋ ମନ୍ତ୍ର ବିଭୀସନ ମାନା, ଲଁକେଶ୍ୱର ଭୟେ ସବ ଜଗ ଜାନା ।
ଜୁଗ ସହସ୍ର ଯୋଜନ ପର ଭାନୂ, ଲୀଲ୍ୟୋ ତାହି ମଧୁର ଫଳ ଜାନୂ ।
ପ୍ରଭୁ ମୁଦ୍ରିକା ମେଲି ମୁଖ ମାହୀଂ, ଜଲଧି ଲାଁଘିଗୟେ ଅଚରଜ ନାହୀଂ ।
ଦୁର୍ଗମ କାଜ ଜଗତ କେ ଜେତେ, ସୁଗମ ଅନୁଗ୍ରହ ତୁହ୍ମରେ ତେତେ ।
ରାମ ଦୁଆରେ ତୁମ ରଖୱାରେ, ହୋତ ନ ଆଜ୍ଞା ବିନୁ ପୈସାରେ ।
ସବ୍ ସୁଖ ଲହୈ ତୁହ୍ମାରୀ ସରନା, ତୁମ ରକ୍ଷକ କାହୁ କୋ ଡ଼ରନା ।
ଆପନ ତେଜ ସହ୍ମାରୋ ଆପୈ, ତିନୋଂ ଲୋକ ହାଁକ ତେଂ କାଁପୈ ।
ଭୂତ ପିଶାଚ ନିକଟ ନହିଂ ଆୱୈ, ମହାବୀର ଜବ ନାମ ସୁନାୱୈ ।
ନାସୈ ରୋଗ ହରୈ ସବ ପିରା, ଜପତ ନିରଂତର ହନୁମତ ବୀରା ।
ସଙ୍କଟ ତେଂ ହନୁମାନ ଛୁଡ଼ାୱୈ, ମନ କ୍ରମ ବଚନ ଧ୍ୟାନ ଜୋ ଲାୱୈ ।
ସବ ପର ରାମ ତପସ୍ୱୀ ରାଜା, ତିନ କେ କାଜ ସକଲ ତୁମ ସାଜା ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଔର ମନୋରଥ ଜୋ କୋଇ ଲାଓୖ, ସୋଇ ଅମିତ ଜୀବନ ଫଲ ପାଓ୍ୱୖ ।
ଚାରୋଂ ଯୁଗ ପରତାପ ତୁମ୍ହାରା, ହୈ ପରସିଦ୍ଧ ଜଗତ ଉଜିୟାରା ।
ସାଧୁସଂତ କେ ତୁମ ରଖଓ୍ୱାରେ, ଅସୁର ନିକଂନ୍ଦନ ରାମ ଦୁଲାରେ ।
ଅଷ୍ଟ ସିଦ୍ଧି ନୌ ନିଧି କେ ଦାତା, ଅସ ବର ଦୀନ ଜାନୁକୀ ମାତା ।
ରାମ ରସାୟନ ତୁହ୍ମରେ ପାସା, ସଦା ରହୋ ରଘୁପତି କେ ଦାସା ।
ତୁହ୍ମରେ ଭଜନ ରାମ କୋ ପାଓ୍ୱୖ, ଜନମ ଜନମ କେ ଦୁଃଖ ବିସରାଓ୍ୱୖ ।
ଅଁନ୍ତ କାଲ ରଘୁବର ପୁର ଜାଈ, ଜହାଁ ଜନ୍ମ ହରିଭକ୍ତ କହାଈ ।
ଔର ଦେବତା ଚିତ୍ତ ନ ଧରଈ, ହନୁମତ ସେଇ ସର୍ବ ସୁଖ କରଈ ।
ସଙ୍କଟ କଟୈ ମିଟୈ ସବ ପୀରା, ଜୋ ସୁମିରେ ହନୁମତ ବଲବୀରା ।
ଜୈ ଜୈ ଜୈ ହନୁମାନ ଗୋସାଁଇ, କୃପା କରହୁ ଗୁରୁ ଦେବ କି ନାଇଁ ।
ଜୋ ସତବାର ପାଠ କର କୋଈ, ଛୁଟହି ବଂଦି ମହା ସୁଖ ହୋଈ ।
ଜୋ ୟହ ପଢ଼େ ହନୁମାନ ଚାଲୀସା, ହୋୟ ସିଦ୍ଧି, ସାଖୀ ଗୌରୀସା ।
ତୁଲସୀଦାସ ସଦା ହରି ଚେରା, କୀଜୈ ନାଥ ହୃଦୟ ମହଁ ଡ଼େରା ।

-ଦୋହା-

ପଓ୍ୱନ ତନୟ ସଙ୍କଟ ହରନ ମଙ୍ଗଲ ମୂରତୀ ରୂପ ।
ରାମ ଲଖନ ସୀତା ସହିତ ହୃଦୟ ବସହୁ ସୁରଭୂପ ।।

ଗୋସ୍ୱାମୀ ତୁଲସୀଦାସ
(ଦ୍ୱାଦଶ ଶତାବ୍ଦୀ)



Digitized by srujanika@gmail.com



ମା ମଙ୍ଗଳାଙ୍କ ପ୍ରଚାର ଓ ପ୍ରସାର ପାଇଁ
ଯେ କୌଣସି ବଦାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ସାଧ୍ୟମତେ
ଅନୁଦାନ ରାଶି ନିମ୍ନ ଠିକଣାରେ ପଠାଇ ପାରିବେ ।

ଠିକଣା :

ମା ମଙ୍ଗଳା ମନ୍ଦିର ପରିଚାଳନା ସମିତି
ମାର୍ଫତ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ (ଲୁଲୁ)
ସା:/ପୋ: ଖଡ଼ଗ ପ୍ରସାଦ
ଜି. ଢେଙ୍କାନାଳ (ଓଡ଼ିଶା) ୭୫୯୧୨୧

ଫୋନ :
୦୬୭୩୨ - ୨୫୮୦୭୬ (ଘର), ୨୫୮୦୨୫ (ଅଫିସ)
ମୋବାଇଲ : ୯୮୬୧୦୪୨୯୩୩

Digitized by srujanika@gmail.com